



Утверждаю

Директор МБОУ
«СОШ №1 с. Кулары»

Бисиева Л.Р.

**Ежедневное меню МБОУ «СОШ №1 с. Кулары» для учащихся от 6,6 до 11 лет
на 2020-2021 учебный год**

Дата 14.11.2020г.

Возрастная категория: Учащиеся 6,6-11 лет

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, м						Минеральные вещества			
			жиры	белки	углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
	Суп вермишелевый с куриным мясом	240	11,7	5,6	57,	163,	0,	0,44	0,	0,	121,	60,	42,	5,		
	Яйцо	40	11,6	12,8	0,7	158,7	0,071	0,	262,6	0,606	0,	55,56	12,12	2,525		
	Чай с сахаром	200	0,	0,	15,04	60,1	0,	0,	0,	0,	0,	9,02	0,	0,06		
	Хлеб пшеничный	40	0,24	3,04	20,92	94,	0,06	0,	0,	0,	0,	8,	0,	0,36		
	Яблоки	75	0,3	0,3	7,35	35,25	0,022	7,5	0,	0,	0,	1,65	0,	12,		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	595	23,84	21,74	101,01	511,05	0,153	7,5	263,04	0,606	134,23					